



感染症とたたかう

発行：国立大学法人 長崎大学 監修：長崎大学病院 感染制御教育センター長・教授 泉川 公一
お問い合わせ：長崎大学熱帯医学研究所 〒852-8523 長崎市坂本1丁目12-4 TEL：095-819-7800（代表） FAX：095-819-7805

● 私たちの暮らしと感染症 ●

ノロウイルスの感染に 気を付けましょう



冬はノロウイルスなどによる胃腸炎が1年で最も多い季節。特に2016年は、これまでとは違うタイプのノロウイルスが流行の兆しをみせています。ほとんどの人が免疫を持っていないため大流行の恐れもあります。

ノロウイルス性胃腸炎は、健康な大人であれば特別な治療をしなくても軽快しますが、高齢者や乳幼児など体力のない人は、おう吐や下痢による脱水、吐いたものによる窒息に注意する必要があります。今回は、このノロウイルス性胃腸炎の症状、感染経路、予防策について説明します。

10～100個のウイルスでも感染 おもな経路は接触、飛沫の2つ

厚生労働省の調査によると、2014年には、ノロウイルスによる食中毒が293件発生しており、食

中毒の発生原因の第2位で30%を占めています。患者数は1万506人で、食中毒患者1万9355人の54.3%を占め、第1位です。ノロウイルス性胃腸炎は、例年11月くらいから増え始め、12月～翌年1月が発生のピークとなっています。

ノロウイルス性胃腸炎の主な症状は、吐き気、おう吐、下痢で、腹痛や頭痛、発熱、悪寒、筋肉痛、のどの痛み、倦怠感などを伴うこともあります。主な感染源は、ノロウイルスに感染した人のおう吐物やふん便で、おう吐物には1g当たり10万個前後、ふん便には1g当たり約10億個のノロウイルスが含まれているといわれます。気をつけなくてはいけないのは、症状がなくなった後も、1週間～1カ月はウイルスが便に含まれていることです。また、ノロウイルスに感染しても発症しない人がいますが、この人たちの便にも、発症した人と同じくらいのノロウイルスが潜んでいます。症状がない

人からの感染にも注意が必要です。

ノロウイルスは非常に感染力が強く、10~100個程度のウイルスで感染します。汚染された貝類などを十分に加熱せずに食べた場合に感染するほか、患者のおう吐物や便が床などに飛び散ったときの飛沫を吸い込んだり、手洗いが不十分なために経口感染することもあります。

新型ウイルスの出現で大流行の恐れも 水分補給による脱水防止が最重要

ノロウイルスは、その遺伝子によっていくつかの種類に分類されます。少し専門的になりますが、2012年から13年にかけて大流行したときの「遺伝子型」は「GⅡ/4」というものでした。ところが最近になって、これまであまり検出されなかった「GⅡ.17 kawasaki variant」と呼ばれる、従来流行したものとは異なる遺伝子型のウイルスが相次いで検出されました（川崎市健康安全研究所が発見したため、こう呼ばれています）。GⅡ.17には、ほとんどの人が免疫を持っておらず、国立感染症研究所は広く流行する恐れがあると注意を呼びかけています。

おう吐物や便の処理には細心の注意を マスクと手袋は必ず着用すること

ノロウイルス性胃腸炎に効果のある薬はありません。したがって、治療は制吐剤や整腸剤投与などの対症療法となります。最も重要なのは、経口あるいは点滴などによる水分補給で脱水症を防ぐことです。特に高齢者では、すぐに水分補給する必要があります。

ノロウイルスは感染力が強く、ワクチンもないので、感染を予防することは容易ではありません。

流行する季節には、流水と石鹸による手洗いをこまめに行うことが感染予防の基本です。

ノロウイルスの流行期に、家庭でおう吐したり下痢をしたりした場合は、まず、できる限り人を遠ざけます。トイレなら、処理が終わるまでほかの家族には使わせないようにします。

おう吐物や便を処理する際は、マスクと手袋を必ず着用します。そして雑巾やタオルなどでしっかり拭き取り、その雑巾やタオルはビニール袋に入れて密封し捨てます。拭き取る際に飛沫が発生するかもしれませんので、マスクや手袋をしていない人は近づけないようにしてください。

拭き取った後は、おう吐物や便のあった場所を中心に、広めに消毒します。ノロウイルスの消毒には次亜塩素酸ナトリウムが有効とされています。薬局や通信販売で購入できますが、市販の塩素系漂白剤でも代用できます。おう吐物や便を拭き取ったあとの消毒には、次亜塩素酸ナトリウムの濃度が0.1%のもの（市販の塩素系漂白剤を50倍希釈したもの）、手を洗った後の洗面台や汚染された手で触った可能性のあるところの消毒には0.02%のもの（250倍希釈したもの）を用います。

おう吐物や便などで汚れた衣類は大きな感染源になります。他の衣類と一緒に洗濯機で洗うと、洗濯機や他の衣類がノロウイルスで汚染されてしまいます。汚れた衣類は、マスクと手袋をしたうえでまず水洗いし、次亜塩素酸ナトリウムによる消毒を行った後、洗濯します。

ノロウイルスに感染すると自分自身が苦しい思いをするだけでなく、周囲の人にうつす原因になってしまいます。冬はカキなどがおいしい季節ですが、十分に加熱してから食べるようにしましょう。

次号（2016年2月号）では「RSウイルス感染症」を取り上げます。